

Состав:

400г мясного фарша

4 сладких перца

2 баклажана (среднего размера)

1 помидор

50г твердого сыра

1 яйцо

2 луковицы (среднего размера)

2 ст.л. сухого красного вина

3 ст.л. молотых сухарей

2-3 зубчика чеснока

соль, перец черный молотый

Рецепт фаршированных овощей:

Перец и баклажаны промыть, обсушить и разрезать пополам. Из баклажанов осторожно удалить мякоть, оставив по краям по 0,5-0,7 см. Из перцев вынуть сердцевину, перцы мелко порубить.

Лук очистить, мелко покрошить и обжарить в растительном масле на медленном огне в течение 4-5 минут. Добавить готовый мясной фарш, перемешать с обжаренным луком и готовить в течение 10 минут.

Мякоть баклажанов мелко порубить, помидор измельчить и добавить в фарш, влить вино. Готовить на малом огне в течение 8-10 минут.

Приготовленный фарш снять с огня, переложить в миску, немного остудить, добавить 2/3 тертого сыра и перемешать. В фарш добавить яйцо, измельченный чеснок, соль, перец и перемешать.

Полученной смесью начинить баклажаны и перцы, сверху посыпать сухарями и оставшимся тертым сыром. Выпекать в разогретой до 190 градусов духовке в течение 30 мин.

Приятного аппетита!